



Manual d'oratorïa

[Aida Corón](#) Barcelona

El llibre d'aquesta setmana ofereix un seguit de consells i recomanacions per corregir la postura i l'actitud, dos elements clau per ser un expert a parlar en públic



Parlar en públic és l'assignatura pendent de molts dels qui es proclamen grans oradors. Els discursos no són fàcils i requereixen tan habilitat com molta preparació prèvia, pel que l'experiència i la disposició a reconèixer i corregir els errors són alguns dels elements que intervenen en el fet de convertir-se en un bon orador.

Pels qui busquen perfeccionar la seva habilitat pel que fa a la parla en públic, el llibre Escuela de oratoria (Ediciones Urano, 2015) de Manuel Pimentel és una bona opció. Es tracta d'un manual gràfic que sintetitza les equivocacions més habituals dels qui es proclamen grans oradors i ofereix un seguit de consells pràctics per fer que els discursos guanyin tan en forma com en contingut.

Recollim algunes de les recomanacions més útils pel que fa a aspectes com la postura i l'actitud.

Mans

Mostrar els palmells de les mans s'entén com una mostra de sinceritat, honestedat i confiança. Amagar les mans, rascar-se el nas o la boca denoten el contrari. Posar el palmell cap a terra mostra poder, mentre que assenyalar amb el dit resulta insultant i acusador. Agafar amb força el micròfon, posar les mans a les butxaques o creuar els braços exterioritza tensió. Cal evitar la gesticulació excessiva i nerviosa o situar les mans i els braços per sobre del cap. És millor mantenir

les mans i els braços sempre a la vista, entre la cintura i les espatlles. Peus

Han d'estar en paral·lel i cap endavant, és a dir, mai creuats. Creuar les cames i els braços quan s'està assegut

transmet poca disposició a participar en el diàleg. Les cames separades, dempeus, reflexa domini. Postura

Dempeus, s'estarà amb l'esquena recta sense treure pit ni elevar les espatlles per tal de facilitar la respiració. La

barbeta ha de quedar en paral·lel a terra per permetre l'entrada d'aire i facilitar la veu. Si s'està assegurat, s'ha de fer

sobre la primera meitat del seient, mantenint l'esquena recta. Errors en el discurs i en l'actitud

Un orador mai ha de ser prepotent, ni situar-se per sobre de l'audiència, ni aparentar o mostrar que fa un gran favor amb

la seva simple presència. Un bon orador no ha de caure en l'autocomplaença, ni conregar en excés el seu "jo". Tampoc

ha de menysprear-se davant la resta d'oradors. Atenció als mots crossa o als tics corporals. No s'ha de començar el

discurs amb un "seré breu" per després no ser-ho, gastant inútilment part del temps. Tampoc s'ha d'insistir en el "ja

estic acabant" per després no finalitzar. Mai s'ha d'excedir el temps, molts discursos es perden per allargar-se. Mai

s'han d'evidenciar les ganes de marxar o que l'acte acabi aviat.

Autor: Manuel PimeneI

Editorial: Ediciones Urano

Any de publicació: 2015

Tema: Comunicació

Més informació